內政部登記證警字第一一二七號

本報特聘請吳之屛方家楨大律師爲常年法律顧問

長壽

于右任

中華郵政特准掛號認爲新聞紙類

每份四分　第一四三期

中華民國廿四年三月一日

每逢星期五出版　全年五十期連郵二元　國外加倍

館址　上海三馬路雲南路口幸福書局內

本期目錄

花柳病與性的關係
一切「血虧」之調治（一）
白濁自療法
癆病之灸法（上）
活屋
傷寒與濕溫
咖啡對於生殖機能之障碍
泄瀉原理
癆病之灸法（下）
癆疲與疾病
睡眠須知
人體生活之利器
丁濟萬先生醫案
實用驗方
一切「血虧」之調治（二）

花柳病與性的關係

因爲花柳病之發作。大率是由於男女雙方性交而致引起。並且發生的部位。都是牽涉性的部份。所以許多人也有用「性病」一個名詞來代表花柳病稱謂的。就字面而論。性病兩字似乎比較雅潔些。不過，仔細檢討一下之後。你就會覺得性病字義是絕對不能包括而替代花柳病的。原因也很簡單。實在花柳病除了軟下疳的病態限止於局部發展外。所有梅毒及白濁兩種疾患。則是常常會犯及全身的啊。拿性的字義去註解全身症狀的傳染病。你想是不是要格格不入的呢。但是。事實終是事實。固然名稱不合互相混和。不過花柳病和性的關係確實也密切極了。且不說本病因性的關係而惹起之一點。現在祇是談談因花柳病發作後對於性的影響。

總括而論。一應花柳病中。各種症狀。一經發作之後。倘使不能醫治全愈。差不多全會引起性神經衰弱一個病態。有時本病却在潛伏期而不甚顯著。但是性神經衰弱的症狀。倒毫不遲疑地首先發作了。譬如陽萎哩。早洩哩。一切等等。但是身犯之者。往往莫明所以。胡亂醫療。於是結果惡化的很多。其間軟下疳有這現象比較還少。但是因生軟下疳而致尿道瘻或者性具腐蝕或畸形者。却也能致成只得放棄性生活。或者成射精不能無法生育的病態。

白濁影響性的問題。最易直接發見。而亦最易致成關係性的方面演出畸往化。顯似睪丸炎的發作。餘毒略臏。生育無望。其他如攝護腺炎。精囊炎等等。根本是摧殘了性機能。激轉形成性病。已爲當然的公例。

此外。男女各犯花柳病。每致在性慾方面形成變態。或者。格外興奮。或者降至十分淡薄。這種過敏及麻木的現象。可說見不一見。結果皆是不良的失常。其結局則無有不影響整個身體健康者。

愛情障碍

愛香惡臭……人之恒情
鼻流濁涕……腥臭異常
愛情破產……理所必然
挽救之策……其惟保腦

程君青心爲本埠著名之小說家。平日用腦過度。致患腦漏。終日流涕。腥臭異常。其夫人惜春。深痛惡之。結婚未久。愛情破產。程君心竊憂之。遍求中西名醫。均無效驗。後無意中在友人處見長壽報上載有保腦丸可治腦漏。購服二盒。試之果效。不數日而宿疾頓愈。夫妻愛好如初云。

保腦丸專治腦漏有意想不到之效每盒大洋五角不折不扣

上海新新公司常年醫藥顧問
朱振聲醫士
上海世界書局常年醫藥顧問

診例

（甲）門診一元　號金不取
（乙）出診四元　路遠遞加
（丙）膏丸方四元　隔日取件
（丁）外埠問病二元　原班回件
（戊）急病隨請隨到

時間　門診上午九時至下午四時止出診四時以後

電話　九一四九二

診所　上海雲南路會樂里第一弄第一家

掛號處啓

萬有醫庫第二集 徵求預約

朱振聲編

本書內容共分生理學衛生學藥物學診斷學看護常識頭腦病五官病四肢病牙齒病咽喉病飲食問題補品問題胃病肺病虛癆病吐血病腹痛病傷科萎黃病腫脹病時令病咳嗽病瘧疾痢疾便秘泄瀉便血泌尿器病性慾問題婚姻問題青春之火男女隱病遺精神經衰弱淋濁楊梅毒瘡外科美容術乳部各病月經病崩漏病帶下病求孕術安胎法胎前病臨產小產產後小兒疾病育兒須知急救法實用驗方雜科醫案等欄萬般疾病應有盡有病原用藥詳細指導全書分訂二厚冊定價大洋二元准舊歷正月底出書預約者祇收成本大洋一元以示優待外埠另加寄費一角（預約期至舊歷正月底截止）

傷寒與濕溫

韓哲仙

夫傷寒一書。迺後漢張仲景先生所著。內分六經證治，合病併病。傷寒變症兩感等。後世爲之注釋者。汗牛充楝。可見此書于中醫界。極大貢獻。迨遜清末葉。始有葉天士先生之外感溫熱篇。薛生白先生之濕熱病篇。分爲二大枝流。二人啓幽前祕。嘉惠來茲。于中醫界亦有貢獻。其實熱病卽傷寒。葉薛方中多經方。所以分者。實因長江以下。地多卑濕。江北地多亢燥。南人患寒熱。挾濕者多。非若北方之人。體多健强。肌膚緊密。較之南方人體尪羸衰弱者迥異。故葉薛方中多用輕淸之品。輕可去實。用意蘊深。今之醫者。輒用麻桂辛附之品。以治時下陰虛之人。墨守古方。終致刼動虛陽。反變鼻衄腸出血等症。甚有至死不悟者。深可惋惜。今將傷寒與濕溫之證象治法。分析于下。

傷寒者。冬傷于寒。卽病者爲正傷寒。仲景立法。分太陽。陽明。少陽。太陰。少陰。厥陰。六經。曰太陽病者。脈浮頭項痛而惡寒。因足太陽膀胱經。此經從頭項貫腰脊。故頭痛惡寒發熱脊强。然風與寒常相因。寒則傷榮。惡寒頭痛。脈浮緊而無汗。麻黃湯主之（麻黃。桂枝。甘草。杏仁）開發腠理。以散寒得汗而愈。風則傷衛。惡風頭痛。脈浮緩而有汗。桂枝湯主之（桂枝。芍藥。甘草。生姜。大棗）。充塞腠理。以散風止汗而愈。苟風寒兼受。榮衛俱傷。大青龍湯主之（麻黃。桂枝。甘草。杏仁。石膏。生姜。大棗）。此三湯者。欲病人素體健强。肌膚緊密。或北人勇壯者。冬月患此。則非辛溫不能發散。故宜用也。傳至陽明。則目痛鼻就不眠。無汗惡寒。升麻葛根湯主之。（升麻。葛根。白芍。甘草）苟潮熱自汗。讝語發渴。大便閉。揭去衣被。揚手擲足。發斑狂亂。脈數。宜白虎湯主之（石膏。知母。甘草。粳米）或大承氣湯（大黃。芒硝。厚朴。枳實）以淸熱導府。上實下治之法。傳至少陽。爲半表半裏之經。口苦目眩嘔嚥。小柴胡湯主之（柴胡。黃芩。人參。甘草。半夏。生薑。大棗）裏症兼急者大柴胡湯主之（柴胡黃芩。芍藥。枳實半夏。大黃生姜。大棗）以能和樞机。能表淸裏爲法。過此不解。則邪傳三陰。太陰爲病。腹滿而吐。食不下。時腹自痛。自利不渴。理中湯主之。（人參。白朮。甘草。乾薑）甚則四逆湯主之。（附子。甘草。乾薑）蓋邪之所侵。其氣必虛。病家脾胃素弱。則寒邪入而從其濕。病象立見。用藥以溫中去寒爲法。邪入少陰。則脈微細但欲寐。麻黃附子細辛湯主之。（麻黃。附子。細辛）引邪外透。熱則外達爲法。傳入厥陰。消渴氣上撞心。心中疼熱。飢不欲食。食則吐蚘。此條總言厥陰爲病之大綱也。厥陰者，爲陰盡陽生之藏。邪至其經。從陰化寒。從陽化熱。故其爲病。陰陽錯雜。寒熱混淆。方有烏梅丸。烏梅。細辛。乾薑。黃連。當歸。附子。蜀椒。桂枝。人參。黃蘗）。藥性寒熱雜投者。以爭其病之象也。綜之仲師傷寒論一書。分門別類。症治詳析。今限于篇幅。不克備載。略舉一二。以窺一斑。

再夫濕熱一症。始惡寒。後但熱不寒。汗出胸痞。舌白。口渴不飲。此迺江南地卑多濕。雖寒冬臘月。濕不稍殺。寒邪所侵。終挾濕邪。苟其人嗜飲者。濕更甚。濕阻上焦。請空被蒙。以致胸痞泛噫。清氣被擾。則經絡不和。乃致肌表寒熱。骨節疼痛。初起用三仁湯（扣仁。杏仁。苡仁）以燥濕滲濕清氣爲法。迨後濕邪化熱。熱勢較劇。身熱晚重。口渴引飲。小便短赤。用銀翹散主之（銀花。連喬。豆豉。竹葉。薄荷。蘆根。滑石。甘草）以清熱滲濕爲法。過此不治。則邪入榮血。身熱暮劇。神昏囈語。夜不安寐。口燥舌絳。用藥若羚羊犀角連翹生地銀花鮮菖蒲等。大劑清熱開竅。亦有傷津耗濕者加入沙參花粉石斛等。綜之衛氣榮血。各有循序。錯之毫釐。謬以千里。略書一二。以作與傷寒比較。

中篇專著

一切「血虧」之調治(一)

尤學周

●小引

血之重要。讀者盡知。無用贅言。血既虧耗。其影響於身體之康健者至大。我國之人。大多患血虧之證。故十之九有血虧現象。血氣充足者。精神飽滿。氣色鮮艷。容光煥發。反之則現萎頓之象。我國本屬黃種。血氣既虧耗。其萎頓之象。更爲顯明。此外人所以譏我國人皆爲病夫也。

吾人處世。有健全之身體。方能建健全之事業。血既耗虧。精神不足。隨隨露不健全之狀態。不特不能建大事。成大業。而其抵抗外邪之力。亦爲有限。易爲病魔所侵襲。其影響之大。一時難以盡述。不可不急行補救。以杜其弊。余之此作。正所以介紹其補救之法。使患者同登健全之境。

●血虧之種種原因

血虧之原因。大約可分爲三端。●因出血之後。血液驟然減少。●受疾病之影響。暗耗其血液。●營養缺乏。血液不足。茲分述於下。

●出血之後血液驟然減少者

出血有大出血與小出血。如咳血。鼻血。痰中帶血。痔血。溺血。大多爲小出血。症固非輕。然來勢並不十分凶猛。血液不能驟然減少。其能驟然減少顯呈血虧之象者。厥爲大出血。如咯血。嘔血刀鎗創傷之類是也。便血。血崩。分娩。外科手術。

咯血爲痰中帶血與咳血進一步之現象。爲肺癆之一種證候。肺癆者其肺部病變之部位。若包含有血管。或接近血管。則發生咯血之證。血管大者。爲大咯血。血管小者。爲小咯血。患肺癆之人。一見血證。無不駭然色變者。至少亦必惶惑不甯。以爲證情至此。必入於危險之境。實則血之咯與不咯。與病情之輕重無關。蓋有肺部病變之部位甚小。而該部適爲大血管附着之處。或接近大血管。即爲大咯血。有時病變之部位。雖極廣大。各種肺癆之徵象如盜汗。潮熱。咳嗽等亦甚顯著。惟其部位。離大血管頗遠。即至病勢垂危。去死不遠。尚有不見血痰者。職是之故。斷不能以有大咯血。即斷其病爲重篤。亦不能以未有咯血。而視爲輕症。故有咯血之患者。亦不必即須悲觀。惟宜嚴格療養。絕對安靜。以防病勢之乘虛加增耳。

嘔血者。吐血之勢猛者也。與咯血又不同。咯血出於肺。嘔血出於胃。胃血之輕緩者爲吐血。其甚者則爲嘔血。咯出之血。其血鮮艷。大多含有泡沫。隨咳嗽而來。胃血大多帶紫暗色。無泡沫或雜食物之碎屑及殘渣。蓋肺爲呼吸之器官。除空氣而外。不能容他物。血方出。即咯而出之。故鮮艷。中雜空氣。故有泡沫。胃則異於是。血出之後。可以暫留於中。不即吐出。故色紫暗。胃爲納食之所。故同時有食物之殘屑帶出。且血之出於胃者。最多爲胃潰瘍。胃潰者。胃中一部分潰爛之病症也。故血色又易變化。患此症者。亦當平心靜臥。不可妄飲湯水。更不可急遽張。以免增劇。

白濁自療法

哲仙

上海一埠。男子患白濁病的。可有十之七八。多屬于毒氣傳授。向者。苟患白濁。諱莫如深。忌醫諱疾。一旦到了龜頭腐爛。下疳已成。乃急延醫。喜作焦頭爛額之事。良可浩嘆。講到白濁的症狀。莖中疼痛。如火灼刀割。小便時格外厲害。龜頭時流穢濁膿汁。淋瀝不斷。起先流的。多色白如泔。五六天後。旋轉色黃如魚膠。倘使自己的確由毒氣得來的。已見以上的症狀。再看舌苔黃膩否。口裏苦燥否。而樣可服龍胆艸三錢車前子三錢淡黃芩錢。半澤瀉錢半琥珀一錢海金砂一錢粉草藥三錢知母二錢黃柏二錢石葦錢半另吞清甯丸三錢耑利尿消毒。以濁少不痛爲度。再驗舌苔已化否。口裏和潤否。方可改服熟地三錢淮山藥三錢山萸肉一錢雲苓三錢丹皮二錢澤瀉二錢白蓮子三錢龍骨三錢牡蠣三錢知母二錢川柏錢半芡實二錢蓮鬚二錢。滋陰補腎。健脾除濕。兼化熱毒。因爲白濁的人。多數身體虛弱。(亦有例外的)這樣漫漫調養。飲食方面。多喝白開水。魚腥蝦蟹多要戒絕。尤忌房事。曾見白濁人。服諸藥不效。一味生白果即愈者。以其耑袪濕濁污垢故也。這種東西。不過是一種輔助品罷了。

幸福書局出版醫藥新書

地址上海三馬路雲南路轉角

婦女病　全書二冊　實售一元　外埠函購寄費一角

求孕與避孕　全書二冊　實售一元　外埠函購寄費一角

腎病研究　全書二冊　實售一元　外埠函購寄費一角

百病秘方　全書二冊　實售九角　外埠函購寄費一角

保腦新書　全書一冊　實售四角　外埠函購寄費九分

胎產問題　全書一冊　實售四角　外埠函購寄費九分

癆病之灸法(上)

邱炳煌

(一)緒言

法華經云。『十界互具。一念三千』。照此哲理。以觀察一切事物。則宇宙之內。無物不用。雖一微塵。亦未可輕廢。況天下之理。惡中有善。苦中有樂。善惡互生。苦樂相連。如陰陽更相爲會。非可孤立而獨存。使徒奪其苦。則樂無從生。除其惡。則善無從出矣。試以此佛教哲理。而構成疾病觀。則美顏料。由癩菌而產出。保健劑。從癆菌所造成也之知矣。倘以癩菌爲可畏。務可滅盡而後快於心。則美顏料圖健劑。又從何出耶。故此後保研究醫學者。與其僅謀撲滅病菌之方策。何若造就利用厚生之工夫。較爲有益。

此種原理。若引今世醫學以證明之。則病癆者。實因其抵抗力薄弱所致。故常與癆菌接觸之體其抵抗力。必強大完全。未曾感觸者。其病菌易於侵入。譬之英雄。必出萬死之關。而後有高枕安臥之日。

當今之世。人類與病毒。列軒而居。欲謀絕對回避。必脫離紅塵。獨居深山而後可。然此屬理想。未必能實現。且人既受天地以生。宜盡人類之本領。凡百病毒。只可養成心力體力。以抵抗之。萬勿畏却回避。則滿目瘡痍。均可同登壽域矣。

艾灸一法。能增進患癆者之抵抗力。而盛於古。棄於今。可慨孰甚。予非聲價自高。背理獨斷。實根於科學之研究。故敢勸告同人。期補杏林於萬一。

(二)灸法可治癆病之理由

艾灸之應用於結核治療。其理有三。

(一)艾灸施行既久。至一定時日後。血色素量能增加。且可長期持續。赤血球數。亦可多生。如是則體內之新陳代謝旺盛。食慾亢進。營養佳良。其有益於保健也。固無待論。即掃除病毒也。功亦有餘

(二)施灸後。白血球數能增加。其主因。初起於中性多核白血球之增率。(日本青地時枝兩氏及作者實驗)。而至一定時間後。淋巴細胞亦能增加。如連續施灸。較爲顯明。且可長期持續。(著者實驗)淋巴細胞之增加。對於癆病治療上。有偉大之力。早爲中外醫界所公認。西洋學者。或以藥劑注入。以鼓起淋巴細胞增加症。而期達到結核治療之目的。艾灸之治癆病。其第二理由。乃因其能增加淋巴細胞也。

(三)施灸後無論動物人體。其白血球之食菌力。能增長。(青地氏實驗)補體力亦能增加。(青地時枝兩氏實驗)換言之。即免疫性及抵抗力。皆得因之而助長。此灸法之治癆病第三原因也。

家庭醫藥

活屋(三十七)

(藝庵譯)

然肺之尖端。突出於頸。而在胸廓之外。是名肺尖。此部分有病。名曰肺尖加答兒。肺之底殆平坦。其位置在胸腔與腹腔爲界之肉上。此肉能擴張與收縮。當此肉擴張與收縮時。胸廓之筋肉。亦爲之伸縮。胸腔擴時。肺亦因之而大。外界之空氣由此而入。是爲吸氣。或曰吸氣作用。胸腔縮時。肺亦因之而縮。肺中空氣。因此而被逼出外。是名呼氣。或曰呼氣作用。吾人因吸氣。則外界新鮮空氣由此入。因呼氣時體內不潔空氣逐之出。統名此兩作用。曰呼吸作用。或僅曰呼吸。此呼吸於一分間。吾人平均約十八回。然亦因老幼而微有不同。一般老人較少年特少云。

脈搏與呼吸之數爲比例。凡脈搏四躍。每呼吸一回。一分間。呼吸之數爲十八回。脈搏之數爲七十二。俗云呼吸困難者。爲呼吸之數增加故也。呼吸數之所以增加者。或居惡空氣中。酸素供給之量不足。或因種種病症。而吸入空氣之量較少。吾人之所以欲呼吸空氣者。目的在以空氣中之酸素送入血液。酸素在身體中。實爲無物可代之食物。據學者之計算。身體之半。實由酸素所成。觀是於身體上之必需酸素。可以知矣。夫吾人之所以欲食也。非爲舌欲嘗其味。非爲胃之欲其物。吾人之所以欲飲也。非爲口渴。非爲喉乾。爲身體組織及血液饑且渴也。

咖啡對於生殖機能之障碍

希農

咖啡雖僅產於熱帶（如印度南洋羣島古巴等處）但行銷遍世界。爲歐美人士日常不可缺的飲料。猶如中國的茶一樣。在中國咖啡的歷史雖不久遠。但亦已普遍地爲都市中一般中上階級的人們所歡迎所愛戴。良以咖啡含有一種膺鹼質（咖啡精）對於神經有强大的興奮作用。故爲一般工作疲勞者。及生活貧乏須要追求刺激者流所愛好。同時則以唯洋化乃摩登的定律的昭示。喜喝咖啡遂亦成爲摩登人物不可缺的條件。因此。咖啡乃形成都市生活中享受之一種。

關於咖啡對於人體的影響。以前有人憧慮。喝後足以引起神經及心臟衰弱。但這些在普通飲用的程度下。似乎並不顯著。新近有一位德國大學敎授曾以家兎作實驗。看飼以咖啡後。生理上發生什麽變化。結果。他發見了一樁出人意外而很有趣的事實。即家兎在以咖啡喂食相當時間後。旁的器官都無變化。生殖腺却首先顯出嚴重的病變。同時並證明此種中毒現象。即爲咖啡中膺鹼質的作用。

其實驗的情形約如下述。最初他僅以適度量的咖啡喂飼家兎。這時可以明顯地看出家兎是陷於强度興奮的狀態中。它儘不休止地跑來跑去。猶如起勁地在找尋什麽。又如人有懊惱的事情。在無可發洩時。而顯露的那種煩躁的神氣。隨後。因過度的疲勢。乃進於衰弱狀態。而非常安靜地睡覺。在每日這樣飼食。每日這樣興奮後。以後便可以看出其興奮强度。在逐漸減弱。終至不生興奮。它現在對於咖啡的作用。是已變成了習慣。但就在這時。其他身體的器官雖都與正常的狀態無異。而生殖腺却已顯示着病態的變異。此時倘令已中咖啡毒的雄兎。與未食咖啡的雌兎交尾。所生幼兎數目。雖與普通一樣。但其中一大部分。俱在生後第一個星期內即告死亡。如咖啡的飼食。時間更久。則雖猶能交尾而已。不能令雌者受孕。若將睪丸切成片子。放在顯微鏡下觀察。則見精細胞。在未成熟時。即大量排出。同時睪丸細精管一部份已形萎縮。由此。可見中毒之深。在雌兎。則因中毒所受的損害更爲嚴重。因雌兎對於咖啡的作用比較敏感得多。在雄兎可以忍受的咖啡量。對於雌兎則往往已足致死。雌兎用咖啡飼養祇經一星期。便已不能受孕。同時卵巢的顯微鏡下的檢查。則見其中較大的將成熟的濾胞。都已萎縮。因濾胞中的卵細胞。業早經死亡。兩三星期後。連較小的。至剛成長的濾胞。都形死滅。經五六星期後。不特一切濾胞都已消失。即中間組織亦已迅速地退化。此時各雌兎的卵巢。其構造簡直與未發育的幼兎無異。

由於上述的實驗。已無可異議地證明咖啡（亦即咖啡精。因已提去膺鹼質的咖啡不生上述作用）是一種絕對的生殖腺毒。而且可以說毒性是非常地劇烈。現在此種動物實驗的結果亦雖不能即推論及人類。必有同樣的情形而且日常生活中似亦尚未找到顯著的實例。但普通人類對於咖啡精的作用較兎類爲敏感。由這一點。咖啡的愛好者。却不能不予以多大的注意。

泄瀉原理

劉松坡

青。腸。不患穢父泄甚分糊卵泄腸液進水至周
糞因中故得癆。者瀉亦泌。氣瀉胃凝。液大身
者胆停斯逞。尿。。有。惡。。衰滯則出腸。食
。中水菌勢終亦以此尿達闌中在弱。分肛而餘物
以有。得。核。其人短其食則食。或祕。出者水
青熱其肆一菌脣阻平者常氣腹物消飲水二肛流液
蔬。泄其到潛朱礙日）規。痛停化食分則。入。
化膽亦毒五居。胃大唇。在脹滯不不過吸所小由
生汁因。更其苔腸便淡而感滿者强節多收以腸胃
膽過之古。間亦神必苔泄冒或。。。。管泄。而
汁多而謂人。。經稀滑下寒氣食或停致失瀉或達
甚。起腎寐晝有。傭等稀冷愈既感滯此其者爲腸
多故。泄已則五使。。水者鼓不溼不三技。靡。
故泄蓋者然消更吸每在。。起化蘊化因能有粥人
也下中亦。化泄收日腸澄使而。熱。者。三狀而
。青西非而力者水一胃激胃愈醱蓄醱。俾大。無
色二無諸强。分二衰清腸痛酵火酵亦水原由病
糞說理機。係減次弱冷貧。腐。腐有分因小。
水。。關且腎少。者。血下敗種敗多不。腸則
。殊以皆有病。糞。症。則。種。端排一吸水
有途腎安胆。而多偶現消泄發爲發。出則收液
乳同爲靜汁西泄不食口化下生害生或腸腸管自
母歸利。胰醫下便冷和不臭氣。沼胃外胃排胃
食也尿腸液謂稀。物脈旺惡體皆氣腸。運出吸
青。機中貫是溏在。虛。溏。足。感三動。收
蔬有關殺注腸粘感及尿以濁上致刺受則過或管
。泄。菌於痨糞受感清致。則病載寒腸甚爲排
而下尿之腸。。溼寒長運或腰。腸冷分。堅出
乳青不液。蓋色熱。。動口腐而胃。泌速糞。
子色利亦該以黃及即（吸感如發。則機輪。運
泄者則衰菌腸氣有發泄收粘敗生或血亢其運行

他是男女墮落的救星

贈券

憑券附郵十二分即贈送「青年之友」一冊

青年之友

空函不覆上海三馬路雲南路　幸福書局啓

他是青年前途的明燈

青年之友

青年應有的認識……希望青年去做切實工作……
青年失業之原因……給前進的青年……
青年三大要求……怎樣可免青年的色慾……
青年怎樣去做……怎樣指正青年的前途……
青年良好習慣……怎樣救濟失學的青年……
青年居室問題……怎樣充實自己的能力……
青年戀愛的認識……怎樣救濟青年心理病態……
青年勿作繭自縛……青年何嘗如夢……
青年應負的責任……處世碎錦五十餘則……

一全書一冊特價祇收大洋二角寄費加一
總發行所上海三馬路雲南路幸福書局

郵票十足通用

實用驗方

治凍死

每當朔風怒號。大雪霏霏。時聞有凍斃之人。然其中不應死而凍死者。頗不乏人。蓋吾人以爲因寒而凍死。以火烘之。定可甦醒。殊不知救之適足以殺之。如遇有凍將死而氣未絕者。即用灰炒熱。包於袱中。以熨心胸。灰冷再易。然後可以向火取暖。若不先溫其心。即以火烘。則冷與火爭。未有不死者也。

凍瘡治法

時值冬令。寒氣襲入肌膚。血液凝澁。易成凍瘡。時髦女子。短襦寬裳。尤多其患。初起漫腫高突。間以紅暈紫塊。及至潰爛。血水淋漓。碍動拘趾。痛癢交加。雖曰小恙。實勝常病。用生鷄肫皮一件。（鴨肫皮無效）曬乾。烘燥發硬。研成細末。和白蠟五分再研。以凡士林調塗患處。裹以油紙。不數日便成完膚。且無瘡痕。

耳鳴外治法

耳鳴一症。其原因不一。大凡用腦過度而患者可治。茲有一外治之法。先靜心端坐。兩手以耳輪按抑左右多次。再以兩手按兩耳輪一上一下摩擦之。約十條分鐘。日日不間。一月之後有小效。三月之後可大效。久久行之。可免此患。若因身體虛弱或腎虧而致耳鳴者。非此所能奏效。宜延醫治之。進服補藥。

一切「血虧」之調治（二）

中篇專著

糞中帶血。或糞後見血。乃輕症之出血。其勢之驟者。便下爲純血。蓋便血有種種不同之原因。其出血之久暫與性質。當然不同。輕症之出血。全身症狀影響甚微。勢之驟者。其量亦必多。病人有腹內流出溫液瀰漫之感覺。同時懊惱腹痛。下腹部有膨脹之苦。自覺搏動。頓呈血虧之象。憶嚴父之棄養。亦由猝然便血。以致發厥。時余在離家數十里之某小學任敎職。家人全無主張。鄉間無良醫。藥石亂投。及余得信趕回。亦束手無策。此時自恨無醫藥常識。不能親爲療養。事後。痛定思痛。知爲人子者。不可不知醫藥。而不知醫藥常識者。自己之禍福安危。亦操於人手。實爲天下之至愚。故棄學而復習醫。前年家母亦猝然便血。神志模糊。冷汗淋漓。亦呈危象。時余已懸壺問世。臨診既久。經驗亦足。悉心調治。得以轉安。追念前情。實由於誤治。愈覺痛心。然事隔十數年。先嚴之墓木已拱。死者已不能復生。蓼莪廢誦。涉岵興悲。亦有何益。惟有『以己之人。度人之心。』自行警惕。精益求精。以冀不負人之所托而已。（關於便血治療之心得。當另述之。）

血崩者。女陰忽然出血。如山岳之崩頹。其勢洶洶。有昏脫之虞。故頗形危險。頗普之人。以月經太多。誤爲血崩。不知經之與崩。原因不同。經來過多。僅覺虛弱困頓。於生命上尚無何種危險。而血崩則虧血太甚。往往虛脫。遲則不救。惟經行太多。亦有爲血崩之先兆者。康健婦女。月經皆緩緩而至。血最多時。不過一二日。勢亦不盛。若經前一二日。或尚未至經期。其血忽然而至。至則或團或塊。洶湧而下。凡此等血塊不斷者。必有血崩之虞。按諸生理。康健平正之月經。有定期。不至過於超前。月經來時。子宮頸分泌之鹻性液。以防止血之凝結。若大塊血球下行。每爲血崩之先兆。血崩之原因甚多。大多由於子宮內部發生變化。如發炎生瘡之類。其情感過烈。淫慾過甚者。亦易釀成血崩之患。又有身體衰弱之人。氣血素虧。爲生計所困。勞碌過度。氣不攝血。成爲崩象。分娩陣脹之時。子宮頸過於膨脹。不免有小裂縫。微血沁出。隨陰道之涎液而下流。此即俗所謂下紅。如初產及難產者。努力掙持。創傷較甚。往往大出血。產婆之手術粗暴者。出血亦多。通常胎兒下後約二三十分鐘。即起陣痛或由腹壓力微擠。胞衣隨下。亦有遲至三四小時而始下者。切勿用力强拉。如胎衣與子宮未全脫離。强力拉下。致有若干殘留於子宮內。每有血崩及其他危險。

外科多用手術。粗忽者。手法不熟者。每致出血過多。

毆鬬。戰爭。及盜刦。仇害。以兵刃鎗彈加諸於身。或其他創傷。皆能造成大出血。而兵凶戰危。流血尤慘。

癆病之灸法(下)

邱炳煌

(三) 施灸之場所及用法等

云及灸法。莫不聯想及經穴。依予所實驗研究。並無一定之經穴。惟有如下之三要點相關。故選擇腰部以下。最爲適宜。

(一)美觀上之關係

灸之缺點。在乎留醜惡之瘢。(西人最忌)此後藤道雄博士之所以推奬無痕灸也。予亦深贊其主旨。但無根痕與艾灸。其作用未能全然一致。欲治癆病。非艾灸不可。艾灸既有灸痕。當擇人目難及之所。以保持雅觀。

(二)預備後來萬一要施大手術之關係

灸痕之存在。於外科醫。實一大障礙。人生世上。禍患難測。偶有不虞之病。致有腹部背部施行大手術之必要。亦未可知。爲未雨綢繆計。依吾管見。則以薦骨部。最爲適宜。

(三)施灸後之快感

腰部以下爲眞陽所居。腰部得暖。則清陽上昇。血液流行。痛苦除而快感生。故腰部以下之施灸。最爲快感。且合病情。

以上三者。乃解決施灸個所之問題。至若點數壯數。(火數)請再述於下。

分量之決定

灸法之應用於癆病治療。既係重大之問題。則其有效無效。不可置之度外而不講。依予所經驗。則大人十點左右。各點七壯。(七火)每日一次。至於分量之多寡。乃因各人體質而有異。未可一律而定也。最要者。在乎長期間之繼續。不可或作或輟。始爲有效。

艾炷之大小

對於慢性病之治療。始用大者爲短期間之療法。繼用小者爲長期之治療。是爲秘訣。

施灸後之注意

灸後化膿。最爲禁忌。或有因痛苦以手壓之者最易成膿。宜切戒之。使有無知。失所保護。致灸痕化膿者。可停止數日。即能自愈。

勞疲與疾病

尤學周

處此物競天擇。生活艱難之時。不得不出其心力。以與人羣奮鬥。而求生存。心之與力。雖云愈用則愈出。然亦須有節。若用之過度。則精神不繼。發生勞疲現象。過勞則足以致病。反阻其求生之路。善養生者。不安於逸。不過用心力作輟有時。動定有常。則不致發生勞疲現象。

勞疲之原因。人盡知其爲過用心力之故。過用心力。何以發生勞疲。則知者尚少。以余所知。蓋有二故焉。

其一•勤動之人。操作不休。耗費太過。將體內所存留而備用之資料。盡數耗去。以致供不應求。各器官失其所養。不能產生活力。於是憊疲不舉。

其二•操作之時。體內常起變化。結果生出一種有毒。過於勞動。此有毒物質發生愈多。腦部受其影響。於是倦焉思睡。

人身之精力。皆由飲食所供給。用力過度。發生勞疲。當以培補之品。譬諸火車之發動機。火力不足。不能行駛。如人之勞疲者然。則當增加煤塊。充其火力。自能照常疾馳。補救人體勞疲之法。亦由是也。

勞倦之時。四肢軟弱。神形萎疲。沈然思睡。一枕高臥。即鼾然入夢。一覺醒來。即安然無事。精神新鮮無比。此無他。睡時各器官得以休息。精神時可以逐漸消滅。

疾病之來。往往乘隙而入。勞乏之後。宜設法使之恢復。否則病邪侵入。爲害滋大。

睡眠須知

楊西英

朋友!我們白天不是爲了生活忙了一天。到了晚上精神覺得非常疲倦嗎?我們都知道睡眠是恢復疲勞最好的方法。但是要得到良好的睡眠。在臨睡之前還需知道幾點非常重要的睡眠常識。才能甜睡。現在就把它寫下。

㈠勿因氣候寒冷。把頭蒙在被內。有礙衛生。

㈡晚飯之後。不可立即便睡。

㈢臨睡時。不可吸興奮劑。如茶•烟•咖啡等。

㈣睡時宜身體側臥向右。因爲可以不阻壓心臟及肺呼吸

㈤睡時。不可不用枕。否則不易入睡。

㈥睡時。若輾轉不能成寐。可默數一二三四五至幾百之後。即能入睡。

㈦睡時。宜使兩足溫煖。才能易入睡鄉。

㈧睡時。勿將手擱在胸部。擱了易起夢覺。

㈨睡前。不可用腦筋工作。睡後。絕對禁止胡思亂想。

幸福書局代售各種良藥

地址 上海三馬路雲南路轉角

遺精敵
有夢而遺 無夢而洩 久患新起 服之如神
每盒大洋一元

保腦丸
用腦過度 鼻流濁涕 腥臭異常 一服即愈
每盒大洋五角

白濁丸
白濁初起 溺管刺痛 止濁定痛 效如桴鼓
每盒大洋一元

吐血靈丹
肝火犯肺 肺絡損傷 痰紅吐血 服之立止
每盒大洋五角

獺肝定痛散
女子善鬱 肝病時發 獺肝定痛 靈驗無比
每盒大洋四角

人體生活之利器

介年

我們生活所以需的是食物。吃食物的工具是牙齒。假如人若沒有牙齒。就不能咬嚼食物。縱能吞去。若無牙齒來嚼就不克來消化。所以說牙是人生之利器。牙齒確是人身的一個小部分。可是人類因爲有了牙齒。所吃的苦頭。眞是一言難盡。牙齒痛苦是古今最常見的通病。以前有人掘得有史以前人類的蛀牙。由此推想人類害牙齒病已經好幾千年了。

傳說古時的暴虐君主。每當要想敲詐富人逼令交出藏金的時候。就行使拔牙毒刑。讀者試想。活生生的牙齒。怎禁得起硬行敲拔。所以結果爲求免吃苦起見。只好唯命是從了。這雖是傳說。但亦可證明牙齒是人們最難忍受的了。

害牙痛病大都是患蛀蟲。因爲蛀牙能把他的毒素。由血管傳遞而遍及全身。以致引起各種危險的病症。厲害的。儘能致人死命。有些人因爲有蛀牙。而身體衰弱。終生生病。一拔了蛀牙就會筋强力壯的。

牙齒的用途是嚼碎進口的食物。使便利吞咽。和幫助消化容易。牙齒的形狀，並不一致。各有各的用處。尖的牙齒專司撕咬食物。上下中正的門牙專管切斷進口的食物。兩邊靠後的大牙。又叫磨牙。專管把咬碎食物磨碎。以便吞咽容易消化。

孩提時的牙齒。只有二十個。上顎十個。下顎十個。出第一個牙齒的時候。大概生後六個月或八個月之間。有時小孩生下來的時候。已經有了一二個牙齒。據說往往也有牙齒已經長全的。下顎的二個門牙。出得最早。普通小孩在生後十四個月。大概出到十二個牙齒。其餘八個。再慢慢出齊。

在孩提時代所出的牙齒。叫做乳齒。等到七歲起。乳齒就先後的自行脫落。而新齒也就新陳代謝相繼出來。直到十二歲光景。乳齒就完全換新。所以七歲到十二歲。叫做(換牙時期)。這種新出的牙齒。也就是每個人的永久牙齒。並且牙數比乳牙也多了十二個。

上面已經說過牙齒有各樣的用途。牙齒的名稱也依照用途形式而各不相同。露在齦肉之外。可以看見一部分牙齒。叫做『牙冠』。被齦肉遮沒而深嵌在顎骨的一部分叫『牙根』。後部牙齒有二三個牙根。

牙冠都有堅硬如石的牙質做外層。也是人身上最硬的部分。我們必須留心他。不致受到甚麽危害。因爲假使把一個牙冠的琺瑯質弄壞了。就要影響到牙齒的凋零和蛀腐。尤其是因此而受到痛苦。和引起各種危險的病症。

牙齒的大部分。是象牙質組成的。在象牙質中央。有一個髓腔。滿貯着血管和神經。血液和神經都從牙根尖端的小孔經過而遍及全身。要是二頭牙和臼牙。那麽血液就須經過二個或三個牙齒根小孔。

牙齒爲甚麽要蛀腐或脫落。這是因爲食物久存在牙縫以致敗腐發酸。使琺瑯質和象牙質漸次的剝落的。並且影響到神經。牙髓腔也因之受損。久而久之牙齒就搖動。所以在平時。我們須時常刷牙。到牙醫處洗牙及檢驗。以保持牙齒的異常清潔。否則。就因作酸而侵蝕牙齒。血毒。不消化等病症。就會接踵而至了。

※※※※※

丁濟萬先生醫案

(胸痺)祝左 胸痺食入作梗延今已久胸爲清曠之區厥氣橫逆挾濕滯互阻上焦閉而不通清濁之氣不展勢成膈症今擬桂枝薤白栝蔞湯加味滑利氣機通陽化濕

川桂枝四分 硃茯神三錢 仙半夏二錢

薤白頭錢四 川玉金錢四 六神玉三錢

括蔞皮三錢 金福花(包)錢半 炒穀麥芽各三錢

青橘叶錢四

(耳痔)李左 耳痔流水焮痛較前已淺耳外腫紅肝火濕熱薰蒸清竅風陽外乘還慮增劇再以清疏消解

荊芥穗錢四 生甘草六分 光杏仁三錢

薄荷叶八分 苦吉更一錢 象貝母三錢

京赤芍二錢 連翹売三錢 冬瓜子三錢

銀柴胡八分 炙姜蠶三錢 夏枯草錢四

菉豆衣錢四